

La acupuntura: Una evaluación científica

Informe de situación elaborado por la oficina de política pública del “center for inquiry”¹

Parte I

Robert Slack, JR.

(Traducción de Amaranta Heredia Jaén)

A pesar de la falta de estudios clínicos que apoyen su efectividad, el interés público por la acupuntura ha crecido significativamente en los últimos cuarenta años. Sus partidarios defienden a menudo, sin ninguna justificación, que la acupuntura es un complemento eficaz y rentable de la medicina convencional. Estas reivindicaciones se apoyan en un cuerpo de investigaciones dudosas y desacreditadas.

Sin embargo, durante los últimos diez años, algunos investigadores han empezado a tratar la acupuntura de una forma más rigurosa, diseñando estudios adecuadamente aleatorizados y que tienen en cuenta el efecto placebo. Si bien las investigaciones siguen su curso, se ha acumulado un cuerpo de documentación cada vez más sólido que demuestra que la acupuntura no tiene ningún valor clínico intrínseco. La Colaboración Cochrane² (Cochrane Collaboration), quizá la organización dedicada a la evaluación más respetada de la literatura médica, llevó a cabo recientemente un estudio sistemático de las investigaciones sobre acupuntura. En 2008, Edzard Ernst incluyó los resultados del análisis de la Colaboración Cochrane en un resumen de las investigaciones recientes sobre acupuntura aparecido en *The American Journal of Medicine*: “Después de descartar estudios basados exclusivamente en tres o menos investigaciones primarias, solamente nos quedan dos utilidades basadas en la experiencia: náusea/vómitos y dolor de cabeza. Pero incluso estas pruebas han de ser interpretadas con precaución. La utilización de placebos [...] en ensayos recientes sugiere que la acupuntura no tiene ningún efecto concreto en ninguna de estas afecciones”.

A pesar de la acumulación de pruebas empíricas en su contra, la acupuntura se ha ido introduciendo cada vez más en el sistema sanitario estadounidense. En las últimas décadas, la cobertura mediática a favor (a menudo basándose en

historias anecdóticas o en informes simplistas de las investigaciones médicas) ha presentado la acupuntura como una alternativa natural y suave a lo que se considera la agresiva esterilidad de la medicina convencional. La mayor aceptación de la acupuntura como una terapia legítima es parte de un movimiento cultural a favor de la medicina alternativa y complementaria (CAM, en sus siglas en inglés). El Centro Nacional para la Medicina Alternativa y Complementaria (NCCAM, en sus siglas en inglés) define la CAM en su página web como un conjunto de prácticas terapéuticas “considerado generalmente fuera de la medicina convencional”. Un estudio realizado por el NCCAM en 2007 indica que cerca del 40% de los estadounidenses había utilizado alguna forma de medicina alternativa o complementaria en los últimos doce meses (Barnes, Bloom y Nathin, 1). El evidente interés del público general en la medicina alternativa ha propiciado el desarrollo de una nueva industria: el nexo entre diferentes instituciones (gubernamentales, académicas y médicas) que proporcionan y promueven curas alternativas. El NCCAM, un centro de investigación administrado por los Institutos Nacionales de la Salud (NIH, en sus siglas en inglés) y fundado en la década de los 90, se dedica a coordi-

“A pesar de la acumulación de pruebas empíricas en su contra, la acupuntura se ha introducido cada vez más en el sistema sanitario estadounidense”

nar investigaciones de alto nivel sobre medicina alternativa. Las aportaciones del NCCAM al movimiento de la medicina alternativa han sido complejas. Los estándares de la investigación sobre la acupuntura han sido tradicionalmente muy insuficientes (Ernst, 2008, 1027). Recientes investigaciones, subvencionadas por el NCCAM, parecen haber introducido algún tipo de rigor científico en la investigación sobre la acupuntura. Esto ha producido un descenso muy acusado de la cantidad de reivindicaciones a favor de la acupuntura. Pero, al mismo tiempo, el menoscabo de las pruebas que apoyan la acupuntura no ha impedido que el NCCAM siga financiando clínicas de medicina integral que ofrecen este servicio. El efecto legitimador del NCCAM ha tenido repercusiones fatídicas en nuestro sistema sanitario ya que atenta contra nuestra tradicional preferencia por la medicina científica, preferencia que ha logrado mejorar de manera asombrosa la salud y la longevidad de miles de millones de personas del mundo entero durante el último siglo.

El Center for Inquiry está muy preocupado por la posibilidad de que la recién descubierta prevalencia de las terapias acientíficas que todavía no han sido probadas reduzca la primacía de la ciencia en la discusión sobre nuestra política sanitaria y degrade nuestro sistema de salud. Creemos que la inclusión de la acupuntura sin una evaluación crítica previa añadirá costes incalculables a nuestro ya de por sí sobre-

cargado sistema sanitario y rebajará los criterios de calidad tanto de la formación médica como de los tratamientos. Aún más esencial es el hecho de que la expansión de instituciones de medicina alternativa —financiadas cada vez más a menudo por el gobierno federal— concede una peligrosa y excesiva autoridad a la pseudociencia, lo que hará disminuir el respeto por la ciencia en la esfera pública.

“Astrología con agujas”: teoría e historia

La acupuntura tradicional conlleva la inserción de agujas en cientos de puntos localizados, conocidos como meridianos, en cualquier parte del cuerpo. En la práctica tradicional de la acupuntura, la inserción de agujas en estos puntos pretende ajustar el flujo de chi (normalmente traducido al español como “energía”). Al igual que el concepto griego de pneuma, el chi es una fuerza vital que no puede ser ni vista ni medida (Kavoussi, Ben, Focus on Alternative and Complementary Therapies). El objetivo de la acupuntura no es el de curar patologías específicas, sino el de restablecer el equilibrio sistémico en la reserva de chi del paciente (Ernst y Sing, 43-46). Para lograr reajustar el flujo de chi del cuerpo, se insertan agujas en ciertos meridianos de manera que bloqueen los canales adecuados. Puede requerirse la inserción de varias agujas, ya que más de un canal de chi puede estar mal alineado. En acupuntura, el diagnóstico no comprende



Puntos de acupuntura en una pintura taiwanesa (Foto: <http://www.flickr.com/photos/tomasfano/>).

solamente el examen de las quejas del paciente, sino también una revisión minuciosa del color de la piel, el pulso y la mucosa de la lengua. A partir de lo observado, el acupuntor diagnostica al paciente como “caliente” o “frío”, “húmedo” o “seco”, es decir, la temperatura y sequedad relativas del paciente que determinarán qué canales del chi necesitan un ajuste (íbid., 43-46). La acupuntura es parte de un sistema integral de medicina tradicional china que también incluye la medicación con hierbas medicinales.

Muchas personas que prueban la acupuntura por primera vez se sorprenden al comprobar que les insertan las agujas en lugares muy alejados del foco de su queja. El tratamiento para las afecciones pulmonares y los dolores de cabeza suelen incluir la inserción de agujas en meridianos muy alejados de la cabeza y de los pulmones. Hay pruebas considerables de que el sistema clínico de la acupuntura no se basa en consideraciones biológicas sino astrológicas (los canales y los meridianos están diseñados de manera que reproduzcan en miniatura el sistema astrológico chino), lo que llevó a un escritor a rechazarla por considerarla como “astrología con agujas” (Ben Kavoussi, 2009, Science-based Medicine blog). Kavoussi cita el Canon de medicina interna del Emperador Amarillo, el texto formativo de la medicina tradicional china, para mostrar cómo se esquematiza el cuerpo siguiendo claramente los principios astrológicos: “La creencia en ‘la correspondencia cosmológica entre las casas del zodiaco chino y los canales del chi’ parece basarse en la doctrina de ‘tal como en el cielo, así en la tierra’, que estipula que todo lo que ocurre en los cielos tiene su homólogo en la tierra y también en el hombre. Esta doctrina se establece explícitamente en el Canon de medicina interna del Emperador Amarillo de la siguiente forma: ‘El cielo está cubierto de constelaciones, la Tierra de ríos, y el hombre de canales’” (Ben Kavoussi, Focus on Alternative and Complementary Therapies Web Site).

El ensayo de Kavoussi defiende de manera persuasiva la idea de que debido a nuestras proyecciones culturales tendemos a ver la acupuntura y la medicina convencional como sistemas de virtudes opuestas que se complementan. El autor habla de una cultura asiática idealizada que supera a la cultura occidental en aquello de lo que ésta más carece: nos ofrece sabiduría en vez de inteligencia, holismo en vez de reduccionismo.

Una mejor valoración de la acupuntura, aunque también más desalentadora, concluiría que es sorprendentemente similar a otros tratamientos que la medicina convencional abandonó hace mucho tiempo. Aunque los partidarios de la acupuntura la proponen como una alternativa a la medicina convencional, su parecido con las teorías médicas de la Edad Media europea es muy llamativo³. El sistema tradicional chino de diagnóstico basado en la temperatura y la humedad no le habría resultado extraño a los médicos europeos del siglo XVII que leyeran por primera vez un texto de medicina china. Diagnosticar a los pacientes según su temperatura y humedad relativas no resultaba una idea revolucionaria. Los conceptos médicos en la Europa del siglo XVII provenían de las especulaciones de médicos de la antigua Grecia como Galeno. La medicina de la Grecia clásica defendía que el desequilibrio de uno de los cuatro humores corporales provocaba la enfermedad: sangre, flema, bilis negra y bilis amarilla. Cada humor se asociaba a una serie de elementos

(órganos del cuerpo, elementos, estaciones del año) así como a ciertas cualidades de temperatura y sequedad. El médico clásico europeo usaba las sangrías, las purgas y los remedios de hierbas para modificar la temperatura y sequedad relativas y así restablecer el equilibrio entre los humores. La tradición clásica europea también contaba con una fuerza vital sobrenatural parecida al chi: el pneuma. Incluso la sangría, la más célebre de las prácticas arcaicas de la medicina europea, puede compararse a la acupuntura. De hecho, el ideograma chino para la palabra acupuntura está basado en el símbolo de la sangría. La acupuntura no fue un concepto nuevo y revolucionario para la Europa de la época, sino una pequeña variación de las técnicas intuitivas que se usaban entonces para tratar las enfermedades. Una más de aquellas intuiciones que, como hoy día sabemos, eran totalmente ineficaces.

La integración de la acupuntura en la biomedicina exige una justificación específica, ya que los dos sistemas son intrínsecamente irreconciliables. No obstante, la integración de la acupuntura en la medicina medieval europea hubiera sido automática, ya que durante el siglo XVII el sistema conceptual de los europeos estaba igualmente afectado por influencias espirituales. Éste hubiera sido el momento histórico más propicio para la unificación de las medicinas occidental y oriental. Sin embargo, la medicina europea se empezó a aproximar a un modelo biomédico de la enfermedad. Si dejamos de lado sus evocaciones culturales, la integración de la acupuntura en la medicina convencional es absolutamente anacrónica. Sería como si hoy día les enseñáramos a los estudiantes de medicina científica a restablecer los desequilibrios de la flema usando la técnica medieval de la sangría. Los partidarios de la acupuntura proponen la medicina integral como la unificación del holismo oriental y el reduccionismo occidental, pero para sostener este punto de vista hace falta volverle la espalda a la Historia. Lo que de verdad hace la medicina integral es mezclar biotecnologías de probada eficacia con remedios caseros obsoletos. La medicina integral no unifica el este y el oeste, sino lo moderno y lo medieval.

Incluso en China, el prestigio de la acupuntura ha estado históricamente marcado por la ambigüedad. Aunque a menudo se presenta como algo inherente a la cultura china, durante gran parte de su historia las clases dirigentes desaconsejaron el uso de la acupuntura. En China, la acupuntura ha sido por lo general rechazada por ser considerada como un remedio casero de pobres para pobres. Quizá por su fama de remedio casero se desaconsejaba su enseñanza en las escuelas de medicina chinas, y de hecho, en 1822, las autoridades imperiales la prohibieron por completo en las principales escuelas médicas. Sin embargo, sobrevivió en las zonas

La acupuntura es sorprendentemente similar a otros tratamientos que la medicina convencional abandonó hace mucho tiempo



(Foto: www.flickr.com/photos/acidpix/)

rurales, donde los médicos profesionales no abundaban. La acupuntura terminó cayendo en el olvido durante siglos, y sólo se la recordaba como una práctica pintoresca y popular ya en desuso. Cheng Dan'an, un pediatra chino, hizo resurgir el interés por la acupuntura cuando, en los años 30 [del siglo XX], conjeturó que ésta podía tener un fundamento neurológico. Fue uno de los primeros intentos de fundar la acupuntura en una explicación biomédica racional. Poco después, la acupuntura volvió a quedarse en un segundo plano.

La resurrección de la acupuntura ocurrió hace relativamente poco, en 1949. En los primeros años del régimen comunista, el general Mao Zedong se enfrentó con una gran escasez de médicos cualificados, así que se aceptaron la acupuntura y otras formas de medicina tradicionales como medidas provisionales para poder ofrecer algún tipo de asistencia médica a la empobrecida población rural. Pero incluso esta aceptación estuvo marcada por la reticencia y la desconfianza. Mao no confiaba mucho en los “médicos descalzos” y planeaba sustituirlos lo antes posible por médicos educados científicamente (Ernst y Sing, 46-47). De hecho, entre 1900 y 1997, la esperanza de vida en China aumentó espectacularmente, pasando de los 30 a los 71 años (People's Daily Website). Este asombroso incremento de la longevidad no se debió a la vuelta a las terapias tradicionales como la acupuntura. La verdadera revolución médica en China se logró gracias a la aceptación sin reservas de la biomedicina occidental. Según el demógrafo chino Zhao Baohua, el aumento del 240% en la esperanza de vida de los chinos “puede atribuirse al avance de la ciencia y la tecnología, especialmente de la medicina” (ibid.). Los partidarios de la acupuntura quieren hacer retroceder el tiempo al tratar de incorporar remedios caseros inefectivos a la medicina convencional, la cual ha sido milagrosamente efectiva, especialmente en China.

El interés actual por la acupuntura tiene su origen en una historia del periodista James Reston. Reston, reportero del New York Times, acompañó al Secretario de Estado Hen-

ry Kissinger en 1971 cuando éste acudió para preparar la histórica visita del presidente Nixon (Ernst y Sing, 47). Sin embargo, poco después de llegar, Reston padeció un caso severo de apendicitis y se lo llevaron a un hospital chino. Dos días después de la operación, se quejó de dolor posoperatorio y entonces lo trataron con acupuntura. Después del viaje escribió un artículo titulado “Sobre mi operación en Pekín” (“Now about my operation in Peking”), en el que explicaba cómo le insertaron agujas en su codo derecho y debajo de las rodillas (ibid., 47-8). Reston contaba cómo el dolor se desvaneció y su cuerpo se curó rápidamente, atribuyendo su sanación a la acupuntura. El artículo de Reston marcó el comienzo de una nueva ola de interés por la medicina china en la que de pronto médicos de todo el mundo viajaban al país para investigar esta terapia trimilenaria. Las suposiciones de Reston eran absolutamente anecdóticas, ya que, como él mismo confiesa en el artículo, también estaba siendo tratado con calmantes. Su milagrosa curación tuvo probablemente mucho más que ver con la tendencia natural del cuerpo a sanar que con la acupuntura. La mayoría de los pacientes que se recuperan de una operación rutinaria experimentan una reducción del dolor posoperatorio poco tiempo después, incluso sin recibir ningún tipo de tratamiento.

El artículo de Reston se publicó en un momento cultural de crítica a la ciencia y a la tecnología. La crítica del movimiento contracultural de los años 60 a la tecnología moderna empezaba a hacer mella en toda la sociedad, avivando el interés de ésta por la ecología, el pacifismo y los alimentos ecológicos. A medida que millones de personas le daban la espalda a la ciencia y la tecnología modernas, también los costes de la medicina se pusieron en tela de juicio (Unshuld, 1995). El redescubrimiento de la acupuntura llenó el vacío de un deseo latente por encontrar una medicina más humana, espiritual y “natural”. Muchos empezaron a considerar la medicina convencional —que había representado durante generaciones el progreso de la civilización industrial— desfasada y espiritualmente degradante. Esta crítica, que se originó fuera de la comunidad médica, ha sido capaz de encontrar apoyo dentro de la misma.

1.- **Nota de la Traductora:** El Center for Inquiry es una organización no gubernamental creada en EE. UU. cuya misión es promover la creación de una sociedad secular basada en la ciencia, la razón, la libertad de investigación y el humanismo. El texto pasó por un Comité de Revisión formado por Derek C. Araujo; Ronald A. Lindsay; Eugenie Mielczarek y Toni Van Pelt, en junio de 2010. Publicado por el Center for Inquiry, Inc, Washington DC, 2010. La traductora del texto es Amaranta Heredia Jaén, y el texto se publica con todos los derechos y permisos.

En China, la acupuntura ha sido por lo general rechazada por ser considerada como un remedio casero de pobres para pobres